



今月はお泊り保育がありますね。今年の晩ご飯もなんと・・・！？
お楽しみです♥

調理室より



十分な睡眠をとりましょう

夏は体が疲れやすい季節です。疲れをためず体調を整えるためにも、十分な睡眠をとりましょう。寝る時間、起きる時間、食事の時間を一定にしないと、生活リズムが崩れます。夜、暑くて寝つけない場合は、就寝前にエアコンで部屋を涼しくするなどの調整が必要ですが、長時間の使用や冷やしすぎは体調を崩す原因になるので注意しましょう。

『夕涼み会』は、突然の夕立で会場を園舎に移しての開催となり皆さま方にはご迷惑をかけましたが、保護者の方や地域の皆さんに参加していただき賑やかに盛大に開催することができました。ありがとうございました。今月は年長組の『お泊り保育』があります。子ども達の思い出に残るように職員も準備を進めています。

井川仁美

日	曜	献立名	行事予定
1	火	魚の磯部揚げ、三色野菜和え、五目みそ汁	六日市学園実習 サマーボランティア
2	水	カレーシチュー、カミカミサラダ、フルーツ	
3	木	夏野菜のひき肉あんかけ、もずく和え、かきたま汁	
4	金	鮭のレモン焼き、盛り合わせサラダ、野菜スープ	お泊り保育
5	土		お泊り保育
7	月	生揚げのカレースパゲティ、ピーマンの昆布和え	
8	火	鮭のトマトオイル焼き、いんげんのごまマヨネーズ、キャベツのスープ	フール教室
9	水	ビーフシチュー、ひじきサラダ、フルーツ	
10	木	ポークビーンズ、ポテトサラダ	手話教室(年長) 避難訓練
11	金	山の日	
12	土		
14	月	(希望保育の方はお弁当・お茶を持参ください)	希望保育
15	火	(希望保育の方はお弁当お茶を持参ください)	希望保育
16	水	夏野菜カレー、フレンチサラダ、フルーツ	
17	木	鶏肉と高野豆腐の煮物、おかか和え、冬瓜のみそ汁	
18	金	アジ変わり西京焼き、磯部和え、豆腐和え	
19	土		
21	月	冷やしうどん、大豆のかき揚げ、酢の物	六日市学園実習 短大生実習(10日間)
22	火	鶏のさっぱり焼き、納豆和え、みそ汁	フール教室
23	水	ハヤシシチュー、バンサンスー、フルーツ	ロケットクレヨン コンサート
24	木	じゃがいものチーズ焼き、ねばねば和え、すまし汁	移動図書
25	金	豆腐ハンバーグ、ジャコサラダ、トマトスープ	体育教室
26	土		
28	月	そうめん、切干し大根と厚揚げの煮物	身体測定
29	火	魚のマリネ、キャベツのごまサラダ、かきたまスープ	
30	水	豆まめキーマカレー、フルーツヨーグルト	
31	木	なすのみそ炒め、春雨サラダ、キャベツのごま汁	

